www.urdukutabkhanapk.blogspot.com
urdukutabkhanapk.blogspot
www.iqbalkalmati.blogspot.com
urdukutabkhanapk.blogspot.com
خوبصورت بننے کے
آسان طریقے

چہرے سے فالتو بال ختم کرنا

- بیسن کو پانی میں گھول کر چہرے پر لگائیں۔ جب یہ ہلکا خشک ہو جائے تو اسے ہاتھ کی مدد سے کھرچ کر اتار لیں۔ اس سے بال جڑ سے نکل آئیں گے۔
- پانی میں نمک ڈال کر سوتی کپڑے سے اسے چہرے پر ملیں۔ تقریباً ایک ہفتے کے باقاعدہ استعمال سے بال ختم ہو جائیں گے۔

چہرے کے گڑھے دور کرنے کا طریقہ

تھوڑی سے ملتانی مٹی لے کر عرق گلاب میں ملائیں۔ پھر چہرے پر تقریباً پندرہ منٹ کے لیے لیپ کر دی۔ بعد میں تازے پانی سے منہ دھو لیں۔ چند دنوں میں ہی گڑھے دور ہو جائیں گے۔

آگ سے جلنے، تیزاب سے جھلنے والے داغ کے لیے

ایک پاؤ سرسوں کا تیل اور آدھ پاؤ گڑ لے کر کوٹ لیں۔ تیل میں گڑ شامل کر کے ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب گڑ جل کر کوئلہ بن جائے تو اتار لیں۔ گڑ نکال کر پھینک دیں۔ تیل کسی بوتل میں نکال لیں۔ روزانہ رات کو سوتے وقت یہ تیل داغ پر لگائیں۔ صبح منہ دھو لیں۔ ایک مہینے کے استعمال سے داغ ختم ہو جائیں گے۔

چہرے سے دانے دور کرنے کے لیے

لیموں کاٹ کر چہرے پر مساج کریں۔ تقریباً پندرہ منٹ مساج کرنے کے بعد تازے پانی میں آدھا چمچ نمک کی ڈال کر اس سے منہ دھو لیں۔ دن میں تقریباً دو دفعہ یہ عمل کریں تو چہرے کے دانے بھی ختم ہو جائیں گے اور داغ بھی نہیں رہیں گے۔

چہرے کا میل صاف کرنے کے لیے

جو کے آٹے کے استعمال سے بھی چہرے کا میل صاف ہو جاتا ہے۔
تھوڑے سے آٹے میں چند قطرے ریتوں کا تیل اور آدھا چمچہ شہد ملائیں۔ اس میں تھوڑا سا پانی ڈالیں اور پھر اس آمیزے کو چہرے پر خوب مل لینے کے بعد پانی سے منہ کو دھولیں۔ جو کا آٹا بازار سے باآسانی مل جاتا ہے اور آپ گرائنڈر میں ثابت جو پیس بھی سکتی ہیں۔ اس آمیزے میں لیموں کے عرق کے چند قطرے بھی شامل کیے جا سکتے ہیں۔ اس سے بھی میل صاف ہو جاتا ہے۔

چہرے پر پھیکے تھم دور کرنے کا طریقہ

سیم کی پتیوں کو رگڑ کر متاثرہ حصوں پر لگانے سے تھم دور ہو جاتے ہیں۔

چہرے کا پیلا پن دور کرنے کا طریقہ

- گاجروں کی بھاپ اور گاجروں کا گرم پانی چہرے پر استعمال کریں۔
- کچی گاجروں کا عرق ایک گلاس دودھ کے ساتھ روزانہ پینے سے پیلاہٹ دور ہوسکتی ہے۔
- مالٹے کا جوس پینے سے بھی پیلا پن ختم ہو جاتا ہے۔

چہرے کا رنگ صاف ہو

خالص گلیسرین میں لیموں کا رس اور عراق گلاب میں شامل کریں۔ رات کو اچھی طرح سے چہرے اور ہاتھوں پر مل لیں۔ صبح سے منہ دھولیں۔
صرف ایک ہفتے کے استعمال سے چہرے کا رنگ صاف ہو جائے گا۔

چہرے کی خوبصورتی اور نکھار کے لیے

- چہرے پر پسی ہوئی جئی کے دانے ملنے سے میلی جلد صاف ہو جاتی ہے۔ چہرے کے تمام مسام کھل جاتے ہیں۔
- چہرے پر سیاہ دائرے نمودار ہو جائیں تو ان حلقوں پر ہلکا سبز رنگ لگائیں۔
- چہرے پر پھنسی ہو تو برف کا ٹکڑا کپڑے میں لپیٹ کر پھنسی پر لگائیں
- گردن اور سینے پر مرجھائی ہوئی کھال کے لیے کھیرے کے ٹکڑے لے کر آنکھوں پر ایک ایک تقریباً دس منٹ رکھیں۔ کھیرے کے اثر سے جلد تازہ ہو گی۔
- چہرہ صاف کرنے کے لیے چرونجی میں دودھ ملا کر چہرے پر لگانے سے رنگ صاف ہو جاتا ہے۔
- دودھ میں زیتون کا تیل ڈال کر پینے سے بھی چہرے پر نکھار آتا ہے
- خالص شہد میں دودھ ملا کر چہرے پر ملیں۔

جلد کی تازگی کے لیے

جلد کی تازگی کے لیے دیسی آزمودہ نسخے استعمال کرنے سے فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ تازہ متوازن غذا کھانے سے صبح سویرے اٹھ کر نماز پڑھنے اور سیر کرنے سے صحت ٹھیک رہتی ہے۔ ابٹن کا استعمال ہر طرح کی جلد کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ ابٹن بنانے کے لیے بازار سے چنبیلی کی کھلی خریدیں۔

چنبیلی کی کھلی	ایک کپ
چنے کا بیسن	ایک کپ
ہلدی (پسی ہوئی)	دو بڑے چمچے
دار چینی (پسی ہوئی)	ایک چھوٹا چمچہ

ان چاروں چیزوں کو ملا لیں۔ شیشے کی چھوٹی پلیٹ میں ایک بڑا چمچہ بھر کر ابٹن ڈال لیں۔ اس میں چار قطرے لیموں کا رس ملا کر تھوڑا سا پانی ملائیں اور اپنے چہرے اور ہاتھوں پر ملیں۔ پھر تازہ پانی سے منہ ہاتھ دھو لیں۔

چہرے پر بلیچنگ کے لیے

بلیچنگ کے لیے کئی کریمیں ملتی ہیں۔ عام طور او لیو یا کریم متوسط طبقہ استعمال کرتا ہے۔ jolen کریم مہنگی ملتی ہے۔ مگر یہ جلد کے لیے موزوں رہتی ہے۔ یہ جلد کے روئیں کو بڑھنے نہیں دیتی۔ گھر میں کریم بنانے کے لیے یہ چیزیں خرید لیں۔

لیکوڑ ڈا ایمونیا بی بی	ایک اونس
ہائیڈروجب پر آکسائیڈ	(20 والیوم) چار اونس
بلیچنگ پاوڈر	ایک اونس

چکنی جلد سے مہاسے دور کرنے کا طریقہ

انڈے کی سفیدی پھینٹ لیں اور اس کو چہرے پر تقریباً پندرہ بیس منٹ کے لیے لگا رہنے دیں۔ بعد میں صابن سے منہ دھو کر خشک کر لیں۔ چند دنوں میں ہی مہاسے ختم ہو جائیں گے۔

بھورے تلوں کے لیے

ایک مولی لیں۔ اسے دھو کر کدوکش کر لیں۔ ایک بڑا چمچہ مولی کا رس، ایک چمچہ کا رس اور ایک چمچہ دہی۔ ان تینوں چیزوں کو خوب مکس کر کے تقریباً دس منٹ تک چہرے پر لگا رہنے دیں۔ یہ چہرے پر تقریباً پندرہ منٹ تک لگا رہنے دیں۔ پھر صابن سے منہ دھو لیں۔ ایک ہفتہ تک یہ عمل کریں

آنکھوں کو ٹھنڈک پہنچانے کا علاج

کھیرے یا ٹماٹر کو کاٹ کر اس کا ایک قتلہ آنکھیں بند کر کے آنکھوں پر رکھ لیں۔ تقریباً پندرہ منٹ تک قتلہ آنکھوں پر رہنے دیں۔ بعد میں آنکھوں پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے ماریں۔ آنکھوں میں ٹھنڈک محسوس ہوگی۔

منہ سے بو دور کرنے کا طریقہ

چھوٹی الائچی منہ میں رکھ لیا کریں۔اس سے منہ کی بو دور ہو جاتی ہے۔

عرق گلاب میں لیموں نچوڑ لیں۔اس سے رات کو غرارے کریں اور پھول کی کی پتیاں دانتوں پر مسلنے سے بھی منہ کی بو ختم ہو جاتی ہے۔

سفید بالوں کو سیاہ کرنے کے لیے

آلو کے خشک ٹکڑے لوہے کے برتن میں ایک دن کے بھو دیں۔
دوسرے دن اس پانی سے سر دھونے سے بال سیاہ ہو جائیں گے۔

ناخنوں کو ٹوٹنے سے بچانے کا طریقہ

ایک لیموں کا رس پانی میں ملا کر روز پیا کریں۔ چار لیموں لے کر ان کا رس نکالیں۔ اس میں پسی ہوئی تھوڑی سی پھٹکڑی ملائیں۔ پھر یہ دوا تقریباً بیس منٹ تک ناخنوں پر لگی رہنے دیں۔ خشک ہونے پر ہاتھ دھولیں۔

ناک کے اردگرد سے سیاہ نشان مٹانے کا طریقہ

کڑوے بادا موں کو اچھی طرح سے پیس لیں پھر انہیں مطلوبہ جگہ پر لیپ کردیں۔ چند ہی دنوں میں نشان مٹ جائیں گے۔

میک اپ کے استعمال سے جھڑیاں پڑ جائیں تو

مٹی کی پیالی میں ایک چمچہ بالائی اور تقریباً تین بادام کی گریاں پیس کر رات کے وقت چہرے پر لیپ کریں۔ چھائیاں، جھریاں ختم ہو جائیں گی۔

گیہوں کا آٹا اور ہلدی برابر مقدار میں ملا لیں۔ پھر گائے کے کچے دودھ میں ملا کر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

پلکیں گھنی اور لمبی بنانے کا طریقہ

روزانہ رات کو سوتے وقت کاسٹر آئل پلکوں پر لگانے سے پلکیں گھنی اور لمبی ہوتی ہیں۔ زیتوں کا تیل ہلکا گرم کر کے لگایا جائے تو بھی پلکیں خوبصورت بنانے کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔

ناخنوں کی صحت اور دل کشی کے لیے

لیموں یا نارنگی کا رس پینے سے ناخن دلکش ہو جاتے ہیں۔

انڈے کو تقریباً دو گھنٹے تک رس میں رکھ کر پینے سے ناخن مزید دلکش اور چمکدار ہو جائیں گے۔

ناخنوں کو مضبوط بنانے کا طریقہ

لیموں یا نارنگی وغیری کا رس پینے سے ناخن مضبوط ہوتے ہیں۔ ناخنوں پر لہسن ملا جائے تو تب بھی ان میں مضبوطی پیدا ہوتی ہے۔

ناخنوں میں چمک پیدا کرنے کا طریقہ

ناخنوں پر لیموں کا رس لگانے سے ان میں چمک پیدا ہوتی ہے۔

پاؤں کی پھٹی ایڑیوں کا علاج

موم اور چربی برابر مقدار میں آگ میں پگھلانے کے بعد ٹھنڈی ہونے سے پہلے ایڑیوں پر لگا کر جرابیں پہن لیں۔ صبح لیپ اتار لیں۔ چند دنوں میں پھٹی ایڑیاں بالکل صحیح ہو جائیں گی۔

روغن زیتون اور نمک گرم پانی میں ملا کر تقریباً بیس منٹ کے لیے پاؤں اس پانی میں رکھیں۔ پھر پاؤں اچھی طرح صاف کر لیں۔ پاؤں ملائم اور ایڑیاں نرم ہو جائیں گی۔

پھٹے پاؤں کی صحیح کرنے کا طریقہ

دو شلغم لے کر چھلکے سمیت ٹکڑے کر لیں۔ کسی بڑے برتن میں پانی بھر کر شلغم ابالنے کے لیے رکھ دیں۔ جب شلغم گل جائیں تو اس میں نمک ملائیں اور سرسوں کا تیل، پھر اس پانی میں پاؤں ڈال کر بیٹھ جائیں۔ جب پانی ٹھنڈا ہونے لگے تو پاؤں نکال لیں۔ انہیں کسی کپڑے سے صاف کر لیں۔ تین چار دن یہ عمل کریں پاؤں ٹھیک ہو جائیں گے۔

www.urdukutabkhanapk.blogspot.com
رنگ گورا کرنے کا طریقہ
پودے کی پتیاں لے کرانہیں ابال کران کا پانی ٹھنڈا کر کے نہار منہ
استعمال کریں۔
گاجر کھانے سے اس کو جوس پینے سے بھی رنگ سرخ وسفید ہوتا ہے۔
کسی برتن میں پانی ابال لیں۔ پھراس پانی کی بھاپ اپنے چہرے پر
لیں۔اس سے چہرے کے مسام بھی کھلتے ہیں۔ چہرہ صاف وشفاف اور
رنگ گورا ہوتا ہے۔
لیموں کا رس چہرے پر ملنے سے بھی رنگ گورا ہوتا ہے۔
پھوڑے پھنسیاں
جس جگہ پھوڑے پھنسیاں نکل آئیں۔اس جگہ پر مرغی کے انڈے کی
زردی اور تیل کی مالش کرنی چاہیے وہ جگہ جہاں پر پھوڑے پھنسیاں نکلتی
تھیں، آہستہ آہستہ ختم ہو جائیں گی۔

سیپیوں کا سفوف

تیز گرم پانی میں ڈال جر برش سے صاف کرلیں۔ پھر تھوڑا سا نمک ڈال کر تقریباً پانچ منٹ تیز آگ پر ابال لیں۔ ابال لینے کے بعد کسی چھلنی میں سیپیاں ڈال دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو انہیں تیز آگ پر جلائیں سوئی گیس کے چولہے پر انہیں اچھی طرح سے سرخ ہونے دیں جب سرخ ہو جائیں تو کسی برتن میں پانی ڈال کر سیپیاں اس برتن میں ڈال دیں۔ جب سیپیاں ٹوٹ جائیں تو ان کو ہاؤن دستہ میں کوٹ کر گرائنڈر میں پیس لیں۔

ایک چمچہ سفوف تھوڑے سے دودھ میں مکس کر کے رات کو سونے سے پہلے اچھی طرح سے چہرے پر لگائیں۔ صبح تازے پانی سے دھو لیں چہرے کی تازگی کے لیے سفوف نہایت موزوں ثابت ہوگا۔

مہندی سے بالوں کی حفاظت کا طریقہ

مہندی پانی میں گھول لیں۔ آدھے لیموں کا رس ملائیں۔ چار لونگ پیس کر شامل کر لیں۔ ایک انڈے کی زردی شامل کریں۔ آخر میں دار چینی کا چھوٹا سا ٹکڑا پیس کر ملائیں۔ اور پھر مہندی کو دو گھنٹہ کے لیے رکھ دیں۔ سر میں اچھی طرح لگائیں۔ پھر تقریباً دو گھنٹے بعد سر پانی سے دھو لیں۔ بعد میں شیمپو کر لیں۔ مہینے میں ایک بار عمل کریں۔

ناخنوں کی خراب رنگت کا علاج

ایک چمچہ لیموں کا عرق، ایک گرم پیالہ، پانی یا بھینس کے گرم دودھ میں ملا کر ناخن دھونے سے ناخنوں کی رنگت خوبصورت اور داغ ختم ہو جاتے ہیں۔

خشکی کا علاج

ایک چمچہ مہندی، ایک چمچہ سرسوں کا تیل، ایک انڈہ، آدھے لیموں کا رس اور تھوڑا سا دہی۔ ان سب چیزوں کو ملا کر کچھ دیر کے لیے سر پر لگائیں۔ بہتر یہی ہوگا کہ تقریباً دو سے تین گھنٹے تک اسے سر پر لگا رہنے دیں۔ پھر بال کسی اچھے شیمپو سے دھولیں۔ خشکی ہمیشہ کے لیے غائب ہو جائے گی۔

زیتون کے تیل کو ہلکا گرم کر کے رات کو سر کی مالش کریں۔ صبح نیم گرم پانی سے درد دھولیں۔

چقندر کو کاٹ کر پتوں سمیت ابال لیں۔ پھر اس کو شیمپو کی طرح بالوں میں لگا کر سر دھولیں۔ چند منٹ کے لئے یہ پانی سر پہ لگا رہنے دیں تو یہ زیادہ فائدہ مند ثابت ہوگا۔

ہاتھوں اور چہرے کی پھٹی جلد

ہاتھوں اور چہرے کی پھٹی جلد کے لیے ایک گلاس عرق گلاب میں دو بڑے چمچے گلیسرین اور ایک لیموں کا رس نچوڑ دیں۔ رات کو سوتے وقت چہرے، ہاتھ اور پاؤں کی پھٹی جلد پر مل لیں۔ جلد نرم ہو جائے گی۔

میک اپ صاف کرنے کے لیے

گیندے کے تازے پھول لیں۔ ان کی پتیاں الگ کر لیں۔ ایک برتن میں دو گلاس پانی ڈالیں۔ گیندے کی پتیاں برتن میں ڈال کر ابلنے کے لیے رکھ دیں۔ تقریباً پانچ منٹ بعد اتار لیں۔ ٹھنڈے ہونے پر چھان کر ایک بوتل میں یہ پانی رکھ لیں۔ جب میک اپ صاف کرنا ہو تو روئی کو اس پانی میں بھگو کر چہرے پر ملیں میک اپ اتر جائے تو دوسری روئی کو اس پانی میں بھگو کر چہرے پر لگائیں اور سو جائیں۔ جلد صاف و شفاف رہے گی۔

www.urdukutabkhanapk.blogspot.com
ہونٹوں کی سیاھی کے لیے
بالائی میں لیموں کا رس شامل کر کے رات سوتے وقت لگائیں۔
دودھ میں زعفران پیس کر روزانہ لگائیں
گریپ فروٹ کے رس کو دادچینی میں ملا کر لگائیں
چقندر کا ٹکڑا کاٹ کر ہونٹوں پر رگڑیں۔
بادام کا تیل اور لیموں کا رس مکس کر کے ہونٹوں پر لگائیں۔
ٹماٹر اور کھیرے کا قتلہ ہونٹوں پر ملیں۔
سیب کے بیج پیس لیں اور رات کے وقت ہونٹوں پر لگائیں۔
گلیسرین سے ہونٹوں کا مساج کریں۔
کٹے اور کھردرے ہونٹوں پر لپ اسٹک لگانا
ایسے ہونٹ جو کٹے اور کھردرے ہوں۔ان پر لپ اسٹک لگانے سے
ایک گھنٹہ پہلے ویزلین لگا کر اسے کے بعد کسی تولیے کی مدد سے صاف
کر کے نم کیے بغیر ہونٹوں پر لپ اسٹک لگائیں۔

خشک جلد کی خفاظت کے طریقے

سردیوں میں جلد خشک ہو جاتی ہے۔ جس سے جلد خاصی سخت ہو جاتی ہے اور چہرہ اکڑا ہوا محسوس ہوتا ہے تو اس سے نجات پانے کے لیے سب سے پہلے تو ایسی غذا کا استعمال ضروری ہوتا ہے جن میں چکنائی کی مقدار وافر ہو۔ اس کے ساتھ پانی کا استعمال زیادہ کرنا چاہیے۔ اپنی غذا میں پھلوں کو شامل کریں کیونکہ پھلوں میں پانی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

- لیموں اور کیکٹس کلیز استعمال کرنا چاہیے اس سے جلد کی رطوبت میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ عمل دن میں تقریباً چار سے پانچ دفعہ کرنے سے جلد نکھری ہو جائے گی۔ رات کو سونے سے پہلے آرنج اساس پر مبنی نورشنگ کریم استعمال کریں۔ اس سے جلد قدرے نرم ہو جائے گی۔

www.urdukutabkhanapk.blogspot.com
کیل مہاسوں سے نجات
چہرے پر خالص طور ہر رخساروں پر نوکدار کیل نکل آتے ہیں جو کہ سخت
اور سرخ ہوتے ہیں جب یہ پک جاتے ہیں تو ہلکا سا دبانے پر نکل آتے ہیں۔
لیکن انہیں خود ہاتھوں سے دبا کر نہیں نکالنا چاہیے ایسے یہ چہرے پر نشان چھوڑ
جاتے ہیں۔
مولی کے پانی کو چہرے پر لگائیں۔
چھوہارے کی گٹھلی کو سرکہ میں شامل کر کے چہرے پر لگائیں۔
گندھک اور منسل سوہاگہ لے کر انڈے کی زردی میں شامل کر کے لگانے سے
بھی فرق پڑتا ہے۔
کیلے کو پیس کر تھوڑے سے خربوزے کے بیجوں کے مغز پیس کر شامل کریں۔
یہ آمیزہ کیل مہاسوں پر لگائیں
کالی مرچ کو مٹی کے گھڑے پر رگڑ کر لگائیں
شکر یا عناب کا شربت نہار منہ پی لیا کریں۔
کیل پر کڑوے بادام پیس کر لگانے سے کافی فرق پڑتا ہے۔

ہونٹ نرم رکھنے کے لیے

- رات کو ناف میں بادام یا زیتون کا تیل لگائیں۔
- دیسی موم میں لیموں کا رس ملا کر ہونٹوں پر لگائیں۔
- روغن بادام اور شہد ملا کر روزانہ لگائیں۔
- اپنی غذا میں گریپ فروٹ، سنگترہ، مالٹا سلاد شامل کریں اور گلاب کے عرق میں گلیسرین ملا کر رکھ لیں اور روزانہ استعمال کریں۔

دانتوں کی بے حسی کا علاج

- ترش چیز کھانے سے دانتوں میں عجیب سا احساس ہوتا ہے۔ کسی قسم کے ذائقے کا پتہ نہیں چلتا۔ اس کے لیے لیموں کے بیج بہت فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔ تھوڑے سے بیج چبالیں تکلیف ختم ہو جائے گی۔
- ایک چمچہ تل اور تھوڑی سی چینی ملا کر چبانے سے ترشی دور ہو جاتی ہے۔

دانتوں کی پلاہٹ دور کرنا

- ایک چمچہ کھانے والا میٹھا سوڈا، نمک اور سہاگہ لے کر کسی بوتل میں رکھ لیں۔ روزانہ اس سے دانت صاف کریں۔ دانتوں کی پلاہٹ دور ہو جائے گی۔
- سرسوں کے تیل میں ایک چائے کا چمچہ ملا کر دانتوں پر لگانے سے دانت سفید ہو جاتے ہیں۔
- لیموں کے چھلکے سکھا کر پیس لیں ان میں نمک ملا لیں۔ دانت روزانہ اس سے صاف کرنے سے تمام میل دور ہو جائے گی۔

جھریاں ختم کرنے کا طریقہ

عرق گلاب، روغن بادام، پھٹکڑی لے کر چار انڈوں کی سفیدی میں ملا کر ہلکی آنچ پر لگائیں۔ جب یہ لیس کی طرح بن جائے تو رات کو سوتے وقت چہرے پر اس کا مساج کریں۔ جھریاں ختم ہو جائیں گی۔

سانولی جلد کے لیے

- چنے کی دال بھگولیں۔ اس کو دودھ میں حل کر کے لیپ سا بنا لیں اس کو چہرے پر روزانہ تقریباً پندرہ منٹ لگائیں۔ پھر تازے پانی سے دھولیں۔ کچھ دن میں چہرہ صاف ہو جائے گا۔
- سرسوں کی کھل میں سنگترے اور لیموں کے چھلکے ملا کر ابٹن بنا لیں۔ روزانہ چہرے پر لگائیں۔ سانولا پن دور ہو جائے گا۔
- بادام، ہلدی اور چاول پیس کر ان میں تھوڑا سا دودھ شامل کر لیں۔ پھر چہرے پر لگائیں۔ چند دنوں میں واضح فرق محسوس ہوگا۔

کہنی کے سیاہ دھبے دور کرنے کا طریقہ

لیموں کاٹ کر رس نکال لیں۔ چھلکوں میں ایک چمچہ دودھ ڈالیں اور کہنی پر ملیں۔ چند دنوں کے استعمال سے کہنیاں صاف ہو جائیں گی۔

چہرے پر سرخ دانے نکل آئیں تو

بعض دفعہ خواتین کے چہرے پر سرخ دانے نکل آتے ہیں جو کہ بعد میں سفید ہو جاتے ہیں۔ دن میں تقریباً دو دفعہ اپنا چہرہ بھگو کر کلینزنگ لوشن کو پورے چہرے پر ملیں پھر دس منٹ کے بعد ٹشو پیپر سے چہرہ صاوکر ڈالیں اور ٹھنڈے پانی سے چہرے پر چھینٹے ماریں۔ سونے سے قبل ایک چمچہ بورک ایسڈلر کے آدھے کپ نیم گرم پانی میں ڈال دیں۔ روئی سے سرخ دانوں پر لگائیں۔ گلیسرین میں تقریباً تین یا چار قطرے لیموں کے رس کے نچوڑ کر ڈالیں اور چہرے پر لگائیں۔ صبح منہ دھو لیں۔

ہاتھوں کی جلن دور کرنے کا طریقہ

املی کو پانی میں بھگو کر اس کا رس تھوڑی سی چینی اس میں ملا کر ہاتھوں پر مل لیں تو جلن دور ہو جائے گی۔